



# פסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית

תכנית הכשרה מקוונת דו-שנתית  
2024-2025

בית הספר לפסיכותרפיה מבוססת מחקר ומצוינות קלינית

מנהלי ביה"ס: ד"ר דני דרבי ועדי כהן

התוכנית מוכרת ע"י

# חזון בית הספר

בית קוגנטיקה הוקם בשנת 2006 ע"י ד"ר דני דרבי מתוך חזון של הפצת ידע עדכני ומבוסס מחקר. החל משנת 2014 המרכז מוכר על ידי משרד הבריאות כמקום התמחות בפסיכולוגיה קלינית והחל משנת 2022 גם כמקום התמחות בפסיכולוגיה רפואית בהובלתה של שרה הרמתי. תחומי המומחיות בבית קוגנטיקה הם טיפול ב- OCD, PTSD, חרדות, דימוי גוף ובריאות האישה.

כחלק מהחזון להוסיף ולפתח ידע עדכני מבוסס מחקר ומותאם למטופלים פועלת בבית קוגנטיקה יחידת מחקר בהובלתו של פרופ' גיא דורון. על מנת להנגיש את הידע הטיפולי הנצבר אצלנו הוקמה ב-2021 'הקומה השישית' - זרוע לימודית לבית קוגנטיקה, המהווה מרחב למפגש, למידה ותרבות לאנשי מקצועות הטיפול והרפואה ומנוהלת על ידי עדי כהן.

אחרי למעלה מעשור של עשייה מקצועית בקליניקה, ביחידת המחקר וההוראה שלנו תוך הכשרת פסיכולוגים.ות אשר נמצאים בחזית העשייה הטיפולית והמחקרית בארץ, הקמנו בית ספר לפסיכותרפיה מבוססת מחקר ומצויינות קלינית ובו תוכניות לימודים המנגישות את הידע והניסיון שלנו לאנשי מקצועות טיפול נוספים. צוות ההוראה של בית הספר כולל קלינאים שהוכשרו בבית קוגנטיקה ומומחים.ות מובילים.ות נוספים בארץ ובעולם.

אנחנו מאמינים שבית מקצועי טוב הוא כזה שרואה בטיפול אומנות המשלבת בין אהבת אדם, טיפוח נוכחות טיפולית וידע מחקרי עדכני. אנו מקווים להיות בית עבורכם.ן ולסייע לכם.ן להתפתח כמטפלים.ות מוכשרים, מקצועיים בעלי אתיקה גבוהה אשר ביכולתם להיטיב עם מטופלים תוך שיפור איכות חייהם ומסלולם.

דני דרבי  
עדי כהן

# ייחוד התכנית

התכנית ללימודי CBT - בבית הספר לפסיכותרפיה מבוססת מחקר ומצוינות קלינית מבית קוגניטיקה והקומה השישית - הינה תכנית חדשנית באוריינטציה קוגניטיבית התנהגותית ששמה דגש על היבטים של גוף ויחסים, והיא נסמכת על שנים של הכשרת מטפלים בטיפולים מבוססי מחקר.

כעת נפחת ההרשמה למחזור השני של התוכנית לפסיכותרפיה קוגניטיבית-התנהגותית.

הלימודים נמשכים שנתיים, וכוללים הכרות עם עולם הטיפול ההתנהגותי והקוגניטיבי על דורותיו, טכניקות אבחון והתערבויות שונות והכרות עם קשיים מגוונים - נפשיים וגופניים. זאת תוך הצעת מודל עבודה אינטגרטיבי המשלב בתוכו גם המשגות מסכמה תרפיה, תיאוריית ההתקשרות, מחקרים נירופסיכולוגיים ועבודה ממוקדת חוויה.

התכנית מדגישה את החשיבות של התאמת הטיפול ההתנהגותי קוגניטיבי לצרכים של המטופל. ולשלב הטיפול, ומקנה מיומנות לכך תוך העמקה בתחומי המומחיות של בית קוגניטיקה: PTSD, OCD, חרדות, דימוי גוף ובריאות האישה.

התוכנית הדו-שנתית:

- עומדת בדרישות האגודה האירופאית לטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (EABCT).
- מקנה תעודת הסמכה המוכרת ע"י איט"ה.
- עומדת בדרישות הלמידה הפרונטלית וההתנסותית של החברה הבינלאומית לסכמה תרפיה (ISST), ומאפשרת להמשיך להסמכה.
- מקנה הכרה בהשתתפות בקורס CPT ואפשרות להמשיך להסמכה.

# קהל יעד התכנית

התכנית מיועדת לאנשי ונשות טיפול בעלי תואר שני

- פסיכולוגים.ות- מתמחים.ות ומומחים.ות
- עו"סים.ות עם תואר שני
- פסיכיאטרים.ות
- מטפלים.ות ביצירה, הבעה ותנועה
- קרימינולוגים.ות קליניים.ות
- רופאים.ות

## מבנה התכנית

התכנית תתקיים החל מאוקטובר 2024 ועד יולי 2026 בימי שלישי 9:00-13:30 מתוכם 3.5 שעות בפועל יילמדו על ידי מרצים.ות מומחים.ות באיט"ה (סה"כ 336 ש"א; 252 שעות בפועל). בפורמט מקוון.

# סגל הוראה



ניהול אקדמי:  
ד"ר דני דרבי  
עדי כהן

עדי כהן  
יעל לב  
פרופ' צופי מרום  
ד"ר סרג'יו מרצ'בסקי  
ד"ר תמר פדולי  
דן סאקס  
ד"ר דנה סיני  
ד"ר יואל פטשניק  
רותם קרן  
פרופ' אשכול רפאלי  
שלי שמשוני  
אביגיל שיץ ולטון

ד"ר הדס אופק  
ד"ר אלה אורן  
יעל אליעזר  
ד"ר רומי אנג'ל  
עטרה ברק שרם  
ד"ר אנה גולדברט  
ד"ר נצח גורן  
פרופ' גיא דורון  
ד"ר דני דרבי  
פרופ' דני חמיאל  
ד"ר לי טיבי

# שנה א

## טורדנות כפייתיות

10 ימים

OCD

BDD

ROCD

הפרעות אכילה

## פוסטראומה

6 ימים

פוסטראומה ו-PE

פוסטראומה בנשים

פוסטראומה ו-CPT\*

## סכמה תרפיה

3 ימים

## מבואות

7 ימים

מודלים התנהגותיים

מודלים קוגניטיביים

מודלים מטה-קוגניטיביים

## אבחון והמשגה

3 ימים

הערכה וראיון קליני

המשגת מקרה

מהמשגה לטיפול

## חרדה

7 ימים

הפרעות חרדה - מבוא

פאניקה ואגורפוביה

פוביות

חרדה חברתית

חרדת בריאות

סה"כ 37 ימי לימודים של 3.5 שעות בפועל = 129.5 שעות בפועל

\*סדנה של 3 מפגשים ביום שישי

# שנה ב'

**דיכאון והתנהגויות דיספונקציונליות**  
**5 ימים**

דכאון

אקטיבציה התנהגותית

דיכאון לאחר לידה

ויסות עצמי והתמכרות

פגיעה עצמית ואובדנות

**ACT**

**4 ימים**

**כלים נוספים**

**5 ימים**

מיינדסט

ראיון מוטיבציוני

אימון מכוון\*

אתיקה

**סכמה תרפיה**  
**7 ימים**

**גופניות - 10 ימים**

כאב

הפרעות בתפקוד מיני

הפרעות שינה

רגישות חושית וסומטיזציה

בריאות נשים

אובדן הריון

**אינטגרציה והצגות מקרה**

**4 ימים**

סה"כ 35 ימי לימודים של 3.5 שעות בפועל = 122.5 שעות בפועל  
\*סדנה של 2 מפגשים ביום שישי

# דרישות בתכנית

**חובת נוכחות:** יש לנכוח בלפחות 80% משעות הלימוד והתרגול בפועל, ולדאוג להשלים דרך צפייה בהקלטות את החסר במידת הצורך.



**עבודת גמר:** בסוף שנתיים התלמידה יגיש עבודת גמר הכוללת המשגה והצגת טיפול בכתב ובע"פ כחלק ממחויבותיו.



**שעות טיפול והדרכה:** על התלמידה לעמוד בדרישות ההתנסות המעשית (100 שעות טיפול) המלוות בשעות הדרכה (50 שעות הדרכה). שעות ההדרכה יכולות להיות קבוצתיות ו/או פרטניות. **שעות הטיפול וההדרכה הן באחריות התלמידה ולא נכללות בתשלום לתכנית.**



**מקומות להתנסות מעשית תוך הדרכה:** יתאפשר למספר תלמידים לעשות את ההתנסות המעשית במרכז הטיפולי של בית קוגניטיקה (תוך קבלת תשלום) והצטרפות לקבוצת הדרכה מקוונת (בתשלום), וכן, יומלץ על מקומות נוספים. תשלח לתלמידים רשימת מדריכים. מוכרים בתכנית, ובמידה וירצו לפנות למדריך שאינו ברשימה, יש לקבל על כך אישור מראש ממנהלי התכנית.



**המלצה לטיפול אישי:** מודגשת החשיבות של התנסות בטיפול אישי כחלק מתהליך התפתחות המקצועית.





# הסמכה בתכנית

## קבלת תעודת הסמכה מוכרת ע"י איט"ה

1

עם עמידה בכל הדרישות תנתן תעודת הסמכה לתכנית הכשרה דו-שנתית בטיפול התנהגותי קוגניטיבי של בית הספר לפסיכותרפיה מבוססת מחקר ומצויינות קלינית מבית קוגנטיקה והקומה השישית על 386 ש"א של לימודי בסיס, תרגול מיומנויות והדרכה. ההכשרה מוכרת על ידי איט"ה, ומהווה חלק מהקריטריונים הנדרשים להרשמה כחבר מומחה באיט"ה. לקריטריונים המלאים מומלץ לעיין באתר של איט"ה.

## עמידה בשעות לימוד פרונטלי ותרגול הנדרשות לתהליך הסמכה כמטפל ב-ISST

2

השתתפות בשני הקורסים של סכמה תרפיה במהלך התכנית הדו-שנתית מקנה 46 שעות אקדמאיות של לימוד פרונטלי של סכמה תרפיה ותרגול מיומנויות, ומהווה את השלב הראשוני ההכרחי בתהליך של קבלת תעודת הסמכה כמטפל מוסמך מטעם ארגון הסכמה העולמי (ISST). רלוונטי רק לבעלי תואר שני טיפולי בלבד. לדרישות נוספות מומלץ לעיין בהנחיות באתר של ISST.

## עמידה בשעות לימוד פרונטלי הנדרשות לתהליך הסמכה כמטפל CPT

3

השתתפות בסדנה בת 3 ימים בנושא טיפול ל-PTSD באמצעות עיבוד קוגניטיבי במהלך הלימודים. מקנה 18 ש"א ללימוד פרונטלי של CPT, ומהווה את השלב הראשוני ההכרחי בתהליך של קבלת תעודת הסמכה כמטפל מוסמך ב-CPT. בית הספר לפסיכותרפיה מבוססת מחקר ומצויינות קלינית בהנהלת ד"ר דני דרבי ועדי כהן מוכר להכשרת והסמכת מטפלים בגישת העיבוד הקוגניטיבי.

# למה כדאי ללמוד אצלנו?

## ניסיון מחקרי וקליני ייחודי

הלמידה תשלב התייחסות לתחומי המומחיות בבית קוגניטיקה, והיא תלווה בלימוד פרוטוקולים ייחודיים שפותחו על ידנו כמו: DID IT, מודלי עבודה עם ROCD, ושימוש בטכנולוגיה בטיפול.



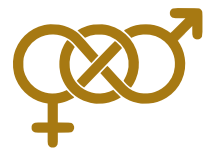
## מודולת עבודה ייחודית עם היבטים גופניים

תתמקצעו בעבודה עם דימוי גוף, אכילה ומצבים גופניים-נפשיים כמו: כאב, שינה, ויסות חושי, קושי מיני ובריאות נשים.



## דגש על טיפול מותאם לנשים ומכוון טראומה

תרכשו ידע על היבטים ייחודיים בעבודה עם נשים סביב מעגל הפיריון והטראומה ובריאות נשים, והתאמת התערבויות טיפוליות בהתאם לידע העדכני של רפואת מגדר. תתמקצעו ב- PE ו-CPT לטיפול בפוסט-טראומה.



## שילוב תרגול מכוון בלמידה

תפתחו מיומנויות לעבוד באופן מותאם לצרכי המטופל. תוך שילוב של תרגול מכוון בלמידה ותשומת לב לנוכחות הטיפולית שלכם.



## התפתחות מקצועית והשתייכות לקהילה

תוכלו להשתלב בצוות הטיפולי של בית קוגניטיקה ובקהילת המטפלים. ות שלנו, ולקבל הטבות בהשתתפות בפעילויות בית הספר והקומה השישית.



# תהליך רישום ותשלום

**שלב התאמה ראשוני:** פניה אלינו ותיאום שיחה עם רכזת התוכנית להכרות הדדית. במידה ורוצים להתקדם - שולחים קורות חיים ותעודה מקצועית.

**שלב הראיון:** הראיון יתקיים בזום עם אחד ממנהלי התכנית, ומטרתו להכיר את המועמד, לבדוק את התאמתו. לתכנית באופן הדדי ותוך תיאום ציפיות.

**קבלה לתוכנית:** מועמדים.ות שיעברו את שלב הראיונות יוזמנו לשריין את מקומם. בתשלום מראש לתכנית הדו-שנתית.

הטבה ייחודית לנרשמים עד 15.8.24 - 9,240 ש"ח לכל שנה בלימודי הבסיס במקום 10,700 ש"ח (הנחה של 14%).  
פריסה נוחה עד 24 תשלומים של 770 ש"ח בחודש.

- פתיחת התוכנית מותנית בהרשמה של מינימום 20 משתתפים.
- ניתן לבטל את הרישום לתוכנית עד שבועיים לפני תחילת התוכנית לימוד ולקבל חזרה את התשלום במלואו בניכוי דמי ביטול בסך 150 ש"ח. לאחר מכן, התלמיד.ה מחויב לתשלום לשנה הראשונה.

**ניתן להשאיר פרטים בדף התוכנית**  
או לכתוב מייל לרכזת התכנית  
[info@cognetica.com](mailto:info@cognetica.com)

אנשי ונשות מקצוע העומדים בקריטריוני קבלה מוזמנים כבר למלא טופס מועמדות לתכנית ולצרף תעודה מקצועית רלוונטית. כאן